



WACHSEN VON INNEN
ARBEITSMATERIAL

Wachsen von innen

Ein attraktives Persönlichkeitstraining



Susi und Max Mitter

Die erste der sieben Säulen unserer Schönstatt-Spiritualität heißt „Wachsen von innen“. Wir möchten Menschen sein, die wachsen, weil wir dadurch attraktiv für andere Menschen sind. Wenn wir nicht wachsen, stagnieren wir, entwickeln uns nicht weiter und strahlen auch nicht auf andere Menschen aus.

Nun ist die große Frage: Wie geschieht Wachstum von innen?

Passiert das „einfach von selbst“ oder können wir auch etwas dafür tun? P. Kentenich hat fünf Wachstumsgesetze formuliert, die er in der Begleitung von Menschen beobachtet und formuliert hat. Wir möchten hier die ersten beiden Wachstumsgesetze besonders in den Blick nehmen, weil sie für unsere Selbsterziehung und auch für die Erziehung unserer Kinder besondere Relevanz haben.

tenich hat fünf Wachstumsgesetze formuliert, die er in der Begleitung von Menschen beobachtet und formuliert hat. Wir möchten hier die ersten beiden Wachstumsgesetze besonders in den Blick nehmen, weil sie für unsere Selbsterziehung und auch für die Erziehung unserer Kinder besondere Relevanz haben.

»

Selbsterziehung heißt:

Ich beobachte mich, ich
beobachte wie ich auf andere
wirke und versuche an einer
Stelle „mehr ich selbst“ zu
werden, zu wachsen und
meine Anlagen zu entfalten.

1. Das Saatkorngesetz – Leben wächst von innen

Im Saatkorn ist schon alles grundgelegt, was einmal daraus werden soll: eine Sonnenblume oder ein Kirschbaum. Aus einem Sonnenblumenkern wird ganz bestimmt kein Kirschbaum.

So ist es auch bei uns Menschen. In jedem von uns ist schon vor der Geburt angelegt, was wir einmal werden können. Wir tragen schon großartige Entfaltungsmöglichkeiten, Talente und Charaktereigenschaften in uns. Im Lauf unseres Lebens gilt es diese zu entfalten.

Eine wesentliche Rolle dabei spielen natürlich die Wachstumsbedingungen. Das gilt für die Pflanze gleichermaßen wie für den Menschen. Die Bedingungen können optimal, besser oder schlechter sein, und doch hat jeder Mensch innerhalb dieser Bedingungen einen großen Spielraum von innen zu wachsen.

Selbsterziehung

P. Kentenich sagt in der Gründungsurkunde Schönstatts zu den jungen Burschen in seinem Programm: „Wir wollen lernen, uns unter dem Schutze Mariens selbst zu erziehen zu festen, freien, priesterlichen Charakteren.“

Tröstlich an diesem „Programm“ sind zwei Aspekte: Wir wollen lernen und wir tun es unter dem Schutze Mariens. Selbsterziehung ist kein reiner Willensakt, denn da kommen wir sehr schnell an unsere Grenzen. Selbsterziehung heißt: Ich beobachte mich, ich beobachte wie ich auf andere wirke und versuche an einer Stelle „mehr ich selbst“ zu werden, zu wachsen und meine Anlagen zu entfalten. Das ist ein lebenslanges Lernen, manchmal gelingt es besser und manchmal schlechter.

Das tue ich unter dem „Schutze Mariens“. Die Gottesmutter wohnt in unserem Herzen, sie wohnt in unserem Haus und in unserer Familie und

interessiert sich für unser Wachstum. Wir dürfen ihr unsere Wachstumschritte im Hausheiligum anvertrauen und ihr dafür auch etwas schenken. Dann schenkt sie uns etwas dazu, denn ohne Gnade gibt es kein echtes Wachsen von innen.

Dem Persönlichen Ideal auf der Spur

Schön ist, wenn wir im Laufe unseres Lebens erkennen, welchen Namen unser Samenkorn hat. Bin ich eine Sonnenblume oder doch ein Kirschbaum?

P. Kantenich spricht vom Persönlichen Ideal, das jeder Mensch in sich trägt. Er formuliert es so: „Sei, was du bist, sei es in bestmöglicher Form.“

Wenn ich weiß, wer ich bin, fällt es leichter zu ertasten wie ich sein möchte und wo ich auf diesem Weg noch wachsen darf. Es hilft mir mich nicht mit anderen zu vergleichen. Und es hilft mir zu erkennen, was nicht für mich ist und wo ich meine Energie nicht vergeuden muss, sondern mich von anderen ergänzen lassen darf. Ergänzung von anderen brauchen wir alle und wo wir sie aktiv einholen, helfen wir auch anderen von innen zu wachsen, weil sie da besonders ihre Fähigkeiten und Kompetenzen entfalten können.

2. Rhythmusgesetz – Leben wächst langsam

Wer schon einmal versucht hat einem Baum beim Wachsen zuzuschauen spürt, worum es hier geht. Wachstum, das von innen kommt, geschieht langsam und oft von außen betrachtet unbemerkt.

Wenn wir kleine Kinder beobachten merken wir das sehr deutlich: Plötzlich macht das Kind seine ersten Schritte, plötzlich schläft es durch oder kann sich die Schuhe alleine anziehen. Als Eltern empfinden wir das nicht immer als „plötzlich“ – aber es ist doch ein Entwicklungsschritt, den das Kind von innen heraus macht.

Wir können das Wachstum unserer Kinder nicht beschleunigen, sehr wohl aber begleiten. Haltungen, die uns dabei helfen sind:

Wachsen soll Freude machen

Weiterentwicklung soll kein Drill sein, sondern soll frei und im Tempo des Kindes geschehen. Als Eltern beobachten wir: Woran hat mein Kind Freude? Was ist der nächste Entwicklungsschritt, der dran ist? Wie können wir unser Kind motivieren diesen Schritt zu erreichen und Freude daran zu haben? Dabei hilft es, im Ehegespräch immer wieder auf jedes einzelne Kind hinzuschauen, unsere Beobachtungen zu teilen und uns an den Talenten unserer Kinder zu freuen.

Das gilt übrigens auch für unsere Selbsterziehung. Wenn wir ein motivierendes Ziel vor Augen haben, brauchen wir kleine Schritte, diesem Ziel näher zu kommen. Und diese Schritte müssen uns Freude machen, sonst ist es nicht attraktiv, diesen Schritt langfristig zu erreichen und wir werden müde und lassen schnell wieder davon ab.

Wachsen braucht Resonanz

Unsere Kinder brauchen beim Wachsen, dass wir ihnen zutrauen, dass sie es können. Eine aufbauende, vertrauensvolle Wachstumsatmosphäre hilft ungemein, beim Wachsen nicht den Mut zu verlieren. Wer sich geliebt weiß und wo auch kleine Erfolge gesehen, wertgeschätzt und benannt werden, fällt der nächste Schritt noch leichter.

Wir Menschen brauchen Resonanz. Wir leben nicht im luftleeren Raum, →



Wenn wir ein motivierendes
Ziel vor Augen haben,
brauchen wir kleine Schritte,
diesem Ziel näher zu
kommen.



→ sondern in Beziehung zu anderen Menschen. Wo nie etwas zurückkommt entsteht eine eigenartige Atmosphäre und man weiß nicht, in welchem Raum man sich bewegt. Das bringt Unsicherheit und Unklarheit und man traut sich den nächsten Schritt selbst nicht mehr zu.

Auch in der Selbsterziehung tut es gut einen anderen Menschen zu haben, mit dem man über seine Wachstumsschritte im Gespräch sein kann. Dabei geht es nicht darum, dass der andere besser weiß, was man selbst tun soll, sondern es geht genau um diese Resonanz. Im Erzählen von meinen Bemühungen einem konkreten Menschen gegenüber bekomme ich aus mir selbst neue Impulse, um wieder eigenständig und eigenverantwortlich weiterzugehen.

Wachsen darf auch herausfordernd sein

Wenn wir gefragt werden: „Wo seid ihr am meisten gewachsen?“, fallen uns zuerst herausfordernde, schwierige Situationen ein. Eine Krankheit, eine Krise, ein großes Leid. Im Rückblick können wir manchmal sehen, wofür das gut gewesen ist, manchmal auch nicht. Was wir aber immer sehen können: Wo wir daran gewachsen sind! Vielleicht haben wir neue Kompetenzen erworben, haben neue Facetten unserer Persönlichkeit entwickelt, sind konfliktfähiger geworden, ...

Wenn wir gerade in einer Krise oder in der Herausforderung stecken, sehen wir manchmal gar nicht wofür etwas gut ist. Da hilft es, immer wieder der Gottesmutter im Hausheiligtum zu sagen: „Ich vertraue darauf, dass es für irgendetwas gut ist, was ich gerade erlebe und dass du weißt, wo ich gerade wachsen soll.“

Auch für unsere Kinder darf Wachsen herausfordernd sein. Wachsen wollen ist ein attraktives Persönlichkeitstraining. Da darf es Anstrengung und Mühen geben und da darf es auch einmal Rückschläge geben.

Wichtig ist das Ziel: Immer mehr wir selbst zu werden, damit wir in unsere Umgebung ausstrahlen. ♦

”

„Ich vertraue darauf, dass es für irgendetwas gut ist, was ich gerade erlebe und dass du weißt, wo ich gerade wachsen soll.“



EHETEAMFRAGEN

- ♦ Wo sind wir an Herausforderungen gewachsen?
- ♦ Wo habe ich schon Resonanz erfahren, wo ich mich mit meinen Talenten einbringen konnte?
- ♦ Wo habe ich schon erlebt, dass Selbsterziehung Freude macht und mich weiterbringt?
- ♦ Wo sehen wir mögliche Wachstumsschritte bei unseren Kindern?



PATER KENTENICH

„Der Grad unseres Fortschrittes in den Wissenschaften muss der Grad unserer inneren Vertiefung, unseres seelischen Wachstums sein. Sonst entsteht auch in unserem Innern eine gewaltige Leere, eine gewaltige Kluft, die uns tief unglücklich macht. Darum Selbsterziehung!“ (Vorgründungsurkunde)